

BALOGH BÉLA

*Szabadulás*  
az érzelmek fogságából

Tanulj meg félelem nélkül élni!

BIOENERGETIC KIADÓ

CD  
MELLÉKLETTEL



## TARTALOM

Az érzelmek – életünk mozgatórugói.....	7
Igazad van! .....	9
Legmélyebb félelmeink .....	11
Fel is út, le is út.....	19
Csillagjegyünkhöz tartozó félelmeink leküzdése.....	22
Holdvarázs.....	26
A nehéz helyzetek feloldása .....	36
Szerelem és csalódás .....	42
Huszonegy nap az érzelmi traumák feldolgozására ...	59
Szabadulás az érzelmek fogságából .....	63
A karmád egyben tanítód és védelmeződ .....	68
Segédeszközök .....	79
Mire számíthatsz egy kapcsolatban? .....	93
A felsőbbrendű én nem ismeri a félelmet .....	100
Reinkarnációs emlékek .....	107
A róza temploma	
– reinkarnációs emlékeid tárháza.....	109
Ajánlott és felhasznált irodalom .....	110

## AZ ÉRZELMEK – ÉLETÜNK MOZGATÓRUGÓI

Egyik pillanatban öröm és ekstázis, önfelelt boldogság és felszabadult szárnyalás... a következőben a legmélyebb kétségbeesés, gyász, düh, szerelmi bánat és keserűség... Aztán kis szünet, és kezdődhet minden előről...

Időnként vannak ugyan csendesebb időszakok, de az érzelmek hullámzásától elég nehéz elvonatkoztatni, márpedig azok határozzák meg döntéseinket, cselekedeteinket, és ezzel együtt életünk legfontosabb eseményeit, illetve „sorsunkat” is.

Vannak hosszan tartó, sok kint és keservet okozó érzelmi hullámvölgyek, mint a gyász, a szerelmi bánat, a csalódottság érzése vagy a frusztráció. Van úgy, hogy hónapokig vagyunk egy-egy ilyen érzelemnek a hatása alatt, de az is előfordul, hogy évek telnek el, és nem tudunk mit kezdeni az újra és újra felbukkanó érzelmi hullámokkal.

Ez az érzelmi „vihár” az egész emberiséget érinti, és vélhetően egyidős vele, de a háttérben meghúzódik egy különös égitest hatása, amely több titkot rejt, mint gondolnánk.

A világot jelen fejlődési szakaszában nem a józan ész, nem a bölcs belátás, és nem is a „legyen mindenki számára a lehető legjobb” gondolat irányítja. Felemelő és lehúzó érzelmek valóságos viharában vagyunk szinte folyamatosan, és érzelmi hullámverésünkre – mint azt nagyon sokan észrevették – erős hatást gyakorol a Hold.

A Hold okozza az árapály jelenségét, hatalmas víztömegeket mozgat folyamatosan. A Hold jelenléte hatással van

a növények életére, hiszen bolygónk kísérőjének állásától függően hol több, hol kevesebb vizet szívnak magukba a fák, a növények. A testünkben lévő vízre is hatással van, és a víz elem szoros összefüggésben van az érzelmekkel, ezért is könnyezünk, izzadunk vagy éppen pisilünk be egy-egy erős érzelem hatására.

Hullámzó érzelmeink könnyen megzavarhatják gondolatainkat, helyzetértékelésünket, és – végső soron – rendkívüli módon megnehezítik a tudatosodás és a spirituális felemelkedés lehetőségét.

Mindaddig, amíg az emberiség nagyobb hányadát félelemben és a negatív érzelmek szférájában lehet tartani, illetve ezeket a félelmeket sikerül ébren tartani és táplálni, a földi világ irányítói és urai könnyen befolyásolható, könnyen terelgethető és könnyen megfélemlíthető embertömeggel „dolgoznak”, azt saját céljaik és érdekeik szerint „használgják”, pontosabban kihasználják.

Ahhoz, hogy legalább esélyünk legyen felemelni a fejünket, és kikerülni ebből a viharból – és eljutni egy olyan zónába, ahol a bölcs belátás, a józan ész és a közös jó eszméje uralkodik –, szembe kell néznünk legalapvetőbb félelmeinkkel, azok valódi okával, és a félelmeiktől való szabadulás módjával. Fel kell ismernünk azt is, mely érzelmek húznak le, illetve melyek emelnek. Jó volna ellenőrzésünk alá vonni és irányítani ezeket az érzelmeket, és segítségükkel magasabb tudatszintet, magasabb szeretetszintet elérni. Jó volna, ha egy-egy mély gyászként, szerelmi bánatként vagy nagy anyagi veszteséggé megélt érzelmi hullámozást le tudnánk csillapítani, még mielőtt ezek a negatív érzelmek „szomatizálódnának”, azaz betegséggé jelennének meg a fizikai testben.

## IGAZAD VAN!

Mindannyiunkat érnek veszteségek, ún. sorscsapások vagy váratlan helyzetek. Előfordulhat, hogy a megszokott dolgok, emberek, gyermekek, barátok, társak hirtelen eltűnnek, régi ellenségek vagy ellenfelek pedig felbukkannak. Anyagi helyzeted szinte egyik pillanatról a másikra megváltozhat, a munkádat elveszítheted, a megélhetésed bizonytalanná válhat. Természetes vágyad és törekvésed, ha mindezekről szeretnéd magad megkímélni, de – ha eleget éltél, azaz ha nem vagy túl fiatal – talán már belátod, hogy földi értelemben véve teljes és tökéletes biztonság nem létezik. A változás mindig jelen van, és feltartóztathatatlanul hozza az újabbnál újabb élményeket az életedbe.

Ahhoz azonban, hogy végre átvehesd az irányítást, és a dolgok ne „csak úgy”, mintegy sorscsapásszerűen történjenek, nagyon fontos, hogy felismerd, milyen szerkezetű világban élsz, és milyen lehetőségek állnak a rendelkezésedre.

Ha megnézel az utcán egy hajléktalan koldust és egy jól öltözött, jómódúnak látszó embert, felmerülhet benned a kérdés, hogy vajon mi különbözteti meg őket. Hiszen mindannyian Isten gyermekei vagyunk, és az Univerzumot a szeretet irányítja. Miért van az, hogy az egyik ember egészséges és boldog, a másik meg beteg és szegény? Mitől válik az egyik ilyené, a másik olyanná?

A válasz viszonylag egyszerű. Az embert a saját gondolatai és a gondolataihoz kapcsolódó érzelmei teszik olyanná, amilyenné válik.

Sokan és sokat írnak arról, hogy gondolatainkkal és érzelmeinkkel teremtjük a saját valóságunkat, de kevesen fogadják el, hogy ez valóban így is van. Pedig döbbenetes erejű bizonyíték áll a rendelkezésünkre.

Él a Föld nevű bolygón – jó megközelítéssel – hét és fél milliárd ember. Eltérő vallási háttérrel, eltérő gazdasági körülmények között, eltérő ismeretanyaggal, eltérő világképpel és egyénileg is eltérő élményekkel és tapasztalatokkal rendelkezünk. Mindezek ellenére, személy szerint mindenki meg van győződve arról, hogy neki „igaza van”.

Hogyan lehetséges ez?

Több mint hétmilliárd ember ugyanannyiféleképpen látja és értelmezi a benne lévő és őt körülvevő világot, és mégis mindenki úgy érzi, hogy neki van „igaza”?

Miből fakad ez a meggyőződés?

Hogyan lehetséges az, hogy gyakran úgy érzed, egyedül neked van igazad, a többiek mind rosszul látják?

Elgondolkodtál valaha azon, ez miként lehetséges? Elgondolkodtál már azon, hogy az Univerzum ebben az esetben nem lehet anyagi valóság, csupán vetített képek kavalkádja, ahol mindenki a saját maga által életre keltett körülményeket, helyzeteket, örömteli vagy örömtelen pillanatokat éli meg?

Döbbenetes lehet az élmény, amikor ezt felismered. Persze, hiszen oly hihetetlen! „Én teremtettem volna magamnak betegséget, szegénységet, rossz párkapcsolatot vagy magányt? Ennyire hülye azért csak nem lehetek!”

Csakhogy ez nem intelligencia vagy értelem kérdése, hanem elsősorban a tudatos és tudat alatti gondolatidhoz kapcsolódó érzelmek műve.

Azt hihetnénk, hogy a világot az értelem, a józan ész és a jó szándék irányítja, holott ez távolról sincs így. A világot – legalábbis anyagi szinten – érzelmi hatások, érzelmi döntések, érzelmi csúcsok és mélységek irányítják – a tapasztalat szerint nagyon is hullámvasútszerű úton. A hullámvasúton pedig a lefelé, a kellemetlen élmények felé vezető úton, minden negatív érzelmek háttérében mindig ugyanazt a mozgatórugót találjuk.

A neve: FÉLELEM!

Félelmek robbantják ki a háborúkat, félelmek okozzák a tőzsdék időnkénti összeomlását, félelmek miatt történnek rablások, gyilkosságok, félelmek miatt romlanak meg párkapcsolatok, félelmek húzódnak meg kivétel nélkül minden olyan döntésünk háttérében, amelyeket nem a tiszta szeretet irányít.

## LEGMÉLYEBB FÉLELMEINK

Életünk legnagyobb és legnehezebben leküzdhető korlátait félelmekből építjük fel saját magunk körül. Kitartó munkával, azaz sok gondolattal és a gondolatokhoz kapcsolódó érzelmekkel olyan ügyesen körbe tudjuk rakni saját magunkat sorompókkal, hogy azután már az sem látszik érdemesnek, hogy megpróbáljuk ezeket leküzdni.

Hogy ki mitől fél, arról külön könyvet lehetne írni. A kivetített félelem megtestesítője lehet egér vagy pók, de félhetünk az egyedüllétől, valakinek vagy valaminek az elvesztésétől, a kudarctól, az öregedéstől, a vihartól,

a földrengéstől... szinte vég nélkül sorolhatnánk. Mégis, ha megpróbálunk a dolgok mélyére nézni, létezik néhány alapvető és nagyon is érthető félelem, amely gyakran végigkíséri életünket.

Ide sorolható

- a sötétségtől való félelem,
- a lezuhanástól való félelem és
- a haláltól való félelem.

Ha sikerül a probléma gyökeréig hatolnunk, azt tapasztaljuk, hogy a világunkban uralkodó dualitás miatt fényben és sötétségben gondolkodunk, amelyek spirituális megfelelői a szeretet és a félelem. Valóságnak tekintjük a sötétséget, pedig a legritkább esetekben kerülünk olyan helyzetbe, ahol valóban nincs semmi fény a szemünk számára érzékelhető sávban. Ahogy mondani szoktuk, szemünk hozzászokik a sötéthez, és elkezdünk a sötétben is látni, ami azt jelenti, hogy van ott fény, csak hát kevesebb.

Ösztönösen félünk és remegünk egy-egy magaslat szélén. Kapaszkodunk, amibe csak tudunk, nehogy elveszítsük az egyensúlyunkat, mert akkor jön az elkerülhetetlen zuhanás.

Ha lefektetünk a szoba közepére egy négy méter hosszú és húsz centiméter széles deszkát, és az a feladatunk, hogy végigsétáljunk rajta anélkül, hogy lelépnénk róla, ez szinte senkinek nem jelent nehézséget. De emeljük csak fel ezt a deszkát tíz méter magasra, erősen rögzítve. Nos, ha ebben a magasságban kell átmennünk rajta, bizony a legtöbbünknek már a gondolattól is a torkunkban dobog a szíve. Vajon miért? Hiszen sem a deszka hossza, sem



a szélessége nem változott. Miért rettegünk ennyire a lezuhanástól?

Na és a halál? A nagy ismeretlen? A megszűnéstől való rettegés volna?

Vagy inkább az a helyzet, hogy minden félelmünk hátterében ott lapul egy olyan élmény, egy olyan emlék, amely nem tudatos ugyan, de bizonyos helyzetek nagyon is emlékeztetnek valamire, amit korábban már átéltünk?

Tulajdonképpen mi a csudáért is félnénk valamitől, amiről fogalmunk sincs, hogy milyen?

Az igaz, hogy a televízió adásain keresztül folyamatosan félelemre nevelnek bennünket, és mindennap megmondják, hogy most épp az ebolától, a madárinfluenzától, a kergemerhakórtól, a terroristáktól, az üzemanyagár-emelkedéstől vagy az esetleges nyugdíj elvesztésétől ajánlatos félnünk, de mégsem hullanak körülöttünk a rejtélyes vírus által megfertőzött emberek az utcán, és pisztollyal szaladgáló rablókát is legtöbbször csak a filmvásznon látunk.

Azt tanítják nekünk az iskolában, hogy a vadon élő állatok félnek az embertől, és ha lehet, kerülik.

Ezért aztán óriási meglepetés volt számomra, amikor rájöttem, hogy ez sem feltétlenül igaz. Arizonában, a Grand Canyonban túráztam, egy alkalommal leültem pihenni és amikor elővettem az előre elkészített szendvicset, egészen különös élményben volt részem. Egy kismadár rászállt a kezemre, és elkezdett csipegetni a szendvicsemből. Sehol semmi félelem, inkább természetes bizalom és nyugalom volt az, amit mindketten éreztünk. Azután, alig pár perccel később úgy másfél méter távolságra mentem el egy kanadai vadtuloktól. Ő sem riadt meg, csak nézett

kíváncsian. Elgondolkodtam rajta, mi lehet ennek az oka. Valószínűleg az, hogy egy ilyen természeti rezervátumban mindenki barátságosan viselkedik az állatokkal, és az állatoknak nincs arra utaló emlékük, hogy bármelyik embertől félniük kellene.

Amitől félsz, az már megtörtént!

Ebben egészen biztos lehetsz. Lehet, hogy ebben az életedben, előfordulhat, hogy egyik-másik előző életedben, de egészen biztosan történt már olyan dolog veled, amelynek valójában a megismétlődésétől tartasz. Elég, ha egyszer kirabolnak, valószínűleg egész életedben félni fogsz az újabb rablástól, míg, ha ilyen nem történt, és előző életeidből sem hozol ilyen eseményhez kapcsolódó emléket, akkor valószínűleg eszedbe sem jut, hogy ez egyáltalán megtörténhet.

*Lássuk hát, miért is félünk valójában a sötétségtől?*

Talán azért, mert ez a szeretet hiányát jelenti számunkra, és lássuk be, valamikor elhagytuk azokat a magas mennyei szférákat, ahol mindig minden fényárban úszott, és szeretettel voltunk átitatva.

A sűrűbb, földi világba fokozatosan vezetett ugyan az út, de a magasabb világoktól, a magasabb energiaszinten létező szféráktól – amelyek elsősorban abban különböznek a földitől, hogy minden részecske és hullám gyorsabban rezeg – nem vagyunk elválasztva. Vissza is tudunk térni, ha nagyon szeretnénk, például rendszeres meditáció segítségével. De vissza-visszatérünk akkor is, ha nem vagyunk ennek tudatában, hiszen az az igazi otthonunk. Ez rendszerint az álom idején valósul meg, és ott tartózkodni a legtöbb ember számára annyira jó, annyira kellemes, hogy onnan visszahangolódni a földi

világra időt és fokozatos alkalmazkodást igényel. Ez történik akkor, amikor lassan ébredünk: egy ideig az ébrenlét és az álom határán tartózkodunk.

Viszont szinte mindenkivel előfordul az is, hogy hirtelen tér vissza, ez pedig a zuhanás élményével jár. Olyan, mintha rendkívüli magasságból és rendkívüli sebességgel csapódnánk bele az ágyunkba, holott csak energiatesztünk foglalja el gyorsan, minden átmenet nélkül újra az álom idejére maga mögött hagyott fizikai testet. Pontosan erre a megrázó élményre, erre a zuhanásra és erre a magasság és mélység közötti hirtelen átmenetre emlékezünk, valahányszor olyan helyen vagyunk, ahonnan esetleg akár le is lehetne zuhanni.

*A haláltól való félelem is emlékekhez kötődik.*

Az már nyilván előfordult veled, hogy meghaltál, azaz végleg elhagytad a fizikai testet, amelyben addig éltél. Itt viszont két különböző dolog is félelmet kelthet benned.

Az egyik a fizikai test halálához vezető út és magát a halált megelőző fizikai szenvedés. Sokan félnek például a vízbefúlástól. Mégpedig azért, mert ez már korábban megtörtént velük, és bizony erős emléket hagyott az aurában. Ugyanilyen jól ismert a klausztrrofóbia jelensége, ez azt jelenti, hogy ha valakit bezárnak egy szűk – esetleg sötét – helyre, akkor pánikba esik.

Korábban, különösen a középkorban, a nagy járványok idején bizony gyakran előfordult, hogy kómában lévő vagy tetszhalott embereket temettek el, néha igencsak sürgősen. Így aztán, ha valaki később magához tért egy sötét, szűk helyen, ahol egyre fogyott a levegő, és nem volt kiút... Egy ilyen esemény bizony olyan lenyomatot hagy, amelyre az illető több inkarnáció után is emlékszik.

Ma már, az orvostudomány előrehaladtával és az alaposabb, gyakran műszerek segítségével végzett vizsgálatok következtében az ilyen esetek sokkal ritkábbak, de az előfordulásuk nem zárható ki teljesen.

A haláltól való félelem másik – komoly – oka rendszerint az, hogy az ember tudatalattija őrzi az inkarnációját megelőző tartózkodási hely emlékét, amely lehetett akár a második asztrális szféra is – más néven a „pokol”. Annak leírására, hogy az említett rezgésszinten milyen körülmények uralkodnak, *A végső valóság* című könyvben egy egész fejezetet szántam, de legyen itt belőle egy kis ízelítő.

*„Gyűlöletem és vad természetem még mindig erősebb volt jó szándékaimnál. Ez lett a vesztem, ami ismét a sötétbe taszított..*

*...Merthogy sötét volt, az biztos. A körülöttem lévő sziklafalakon lefolyó vér volt az egyetlen, ami valamelyes halvány fényt sugárzott. A vér lefolyt a földre, és összegyűlt a mélyedésekben. Olyan volt, mintha élt volna. Mozgott és világított, de kísérteties fény volt, amit kisugárzott.*

*Amint magamhoz tértem, felismertem, hogy egy barlangban vagyok, és egy véráztatta ragacsos-síkos sziklapadon fekszem. Felkeltem és botorkálva elindultam, de alig pár lépés után megbotlottam valamiben. Egy holttest volt. Arccal a föld felé feküdt. Megfordítottam a fejét és a sötétséggel határos félhomály ellenére felismertem áldozatomat, akit rövid idővel ezelőtt öltem meg. Elborzadva ugrottam fel, és el akartam rohanni, de mintha valaki visszarántotta volna a lábamat. A lendülettől hasra estem – arccal egy vértócsába. Amint alaposabban utána néztem,*

*kiderült, hogy a lábam egy vékony lánccal a holttesthez van kötve. Megpróbáltam eltépni, de minden próbálkozásnak ellenállt...*

*Később megértettem, hogy mindez csak egy kivetített gondolati kép, amely annyira sűrűvé vált, mint a saját testem. A hosszú időn keresztül táplált gyűlölet és az elkövetett gyilkosság annyira erősen összekötött ezzel a mentális torzszülött rémséggel, hogy egyszerűen nem voltam képes megszabadulni tőle. Olyan bilincs volt ez, amit én kovácsoltam önmagamnak. És ez a rémkép számomra most rettenetes élő valóság volt..."*

Érdekes megfigyelni, hogy ettől leginkább azok az emberek rettegenek, akik még jelen életükben is elég durva, másokat kihasználó, másoknak szenvedést és bajt okozó életet élnek, amelynek során nem ritka az alkohol- és a kábítószer-fogyasztás sem. Nem véletlenül. A második asztrális szférában tartózkodó ember, amint erre lehetősége nyílik, máris „menekül” a fizikai világ felé, azaz egy újabb inkarnációba. Mivel tudatszintje eleve elég alacsony, és a szívében élő szeretet csekély mértékű – különben nem a második asztrális szférára hangolódott volna be előző földi életének befejezése után –, következő életéhez is csak olyan szülőket tud választani, akik hozzá hasonlóak, így hát a szülők és a születendő gyermek gondolat- és érzelmvilága sok közös vonással rendelkezik. Emlékei viszont megmaradnak a „pokolban” töltött időszakról, és ösztönösen tart attól, hogy az újabb halál után újra hasonló körülmények közé kerül. Ugyanakkor fogalma sincs, miként lehetne ezt elkerülni, és – az alacsony tudatszint miatt – erre rávezetni sem könnyű.

Bizony, van az embernek – minden embernek – olyan fejlődési szakasza, ahol csak a saját maga által létrehozott szenvedés és kín a tanítómestere. Mielőtt egy ilyen embert elítélnél, gondoldj arra, hogy ő is ugyanazt az utat járja, amelyen te is haladsz, a különbség csak annyi, hogy ő most épp egy másik szakasznál tart.

Nagy kérdés természetesen, hogy lehet-e félelmek nélkül élni, egyáltalán lehetséges-e bárki számára a minden félelemtől mentes élet. A bölcsek, a beavatottak és a spirituális mesterek szerint igen.

„Persze – mondhatnád –, hiszen ők, ki tudja hány inkarnáció árán, már elérték azt a lelki fejlődési szintet, amely biztosítja számukra a félelem nélküli életet. De mit tehetnék én, állandó veszélyeknek, bizonytalanságnak és szenvedésnek kitéve, amikor ettől még nagyon messze vagyok?”

Talán éppen ebben segíthet White Eagle, a fényttestben élő mester tanítása, aki a következőket mondja:

*„Fogadd szeretettel mindazt, ami történik. Keresd benne a tapasztalat által megtanulható leckét. Figyelj Istenre mindennap, sőt, minden órában, és töltsön fel a menygyei Fény és Szeretet. **A szeretet aranyló sugárként áramlik be a szívedbe és a fejedbe, tisztít, gyógyít, felemel, megnyugtat és a kezedbe adja az ellenőrzés lehetőségét.**”*

## FEL IS ÚT, LE IS ÚT...

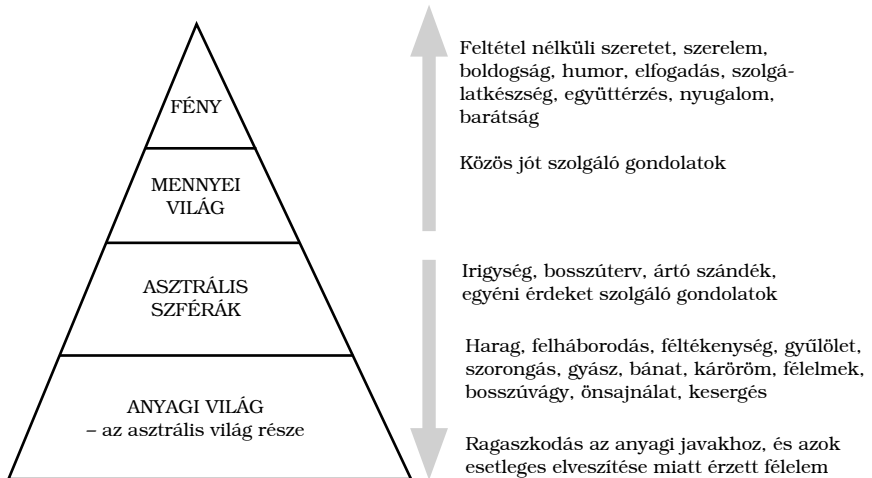
Tudod jól – hiszen az általános iskolában fizikaórán tanítják –, hogy létezik egy mikrokozmosz, az atomok világa, és létezik egy makrokozmosz, a csillagok és bolygók világa. Azt is tudod, hogy a kettő annyiban hasonlít egymáshoz, hogy méretükhöz képest az elektronok olyan távol vannak az atommagtól, mint a bolygók a központi Naptól. A világ felépítése – legyen az kicsiben vagy nagyban – hasonló törvényszerűségeket követ.

2011-ben fizikai Nobel-díjat kapott három kutató, akik bebizonyították, hogy az Univerzumban mindaz, amit mi anyagi világgként tartunk számon – beleértve az összes galaxist és a csillagközi port – nos, ez az anyagmennyiség az Univerzum összenergiájának mindössze 4 százaléka. Ha ez így van, akkor nem kevesebb, mint 96 százalék az Univerzumnak az a része, amit ma sötét energiának és láthatatlan tömegnek neveznek, jelezve ezzel, hogy fogalmuk sincs, ezeket hol kellene keresni.

Ha analógiában gondolkodunk, a te földi, fizikai tested sem több, mint a saját energialényednek a 4 százaléka. Még a gondolataid és az érzelmeid sem tartoznak szorosan a fizikai világhoz, hiszen nem is a tested és nem is az agyad generálja ezeket. Hétköznapi gondolataid, érzéseid és érzelmeid azonban még nem teszik ki azt a bizonyos 96 százalékot. Akár tudatában vagy ennek, akár nem, van egy úgynevezett „felsőbbrendű éned”, egy mennyei világokhoz tartozó fényttested, amelybe már nagyon sok korábbi inkarnáció tapasztalatát és tanulságát beépítetted.

Földi testedben, földi életedben gondolataid és a hozzájuk kapcsolódó érzelmeid határozzák meg mindazt, ami benned és körülötted megjelenik. Önmagában csak a gondolat nem elegendő a „teremtéshez”, mert az anyagi világba az út a gondolatoknál alacsonyabb rezgésszámú érzelmeken keresztül vezet. Az érzelmekek tehát olyanok, mint egy lépcsőfok, amelyet nem lehet sem átugrani, sem kihagyni. Pontosan az érzelmekek hullámsávjai az, amelyek lehetővé teszik számodra, hogy a gondolataid megvalósulhassanak az anyagi világ szintjén.

Sokat segít, ha tisztában vagyunk azzal, melyik érzellem hová tartozik, melyeknek az energiája húz le és tart fogva az anyagi világban, és melyek emelnek és segítenek bennünket a tudatosodás és a Teremtővel való újraegyesülés útján.





A látszólag nehéz helyzetek előbb gondolatokat szülnek, de ezekhez a gondolatokhoz nagyon gyorsan érzelmek is társulnak, és a gondolat az érzelemmel együtt már a fizikai világban is megnyilvánuló „valóságot” teremt. Abban a pillanatban, amikor sötét, borúlátó gondolataidhoz harag, féltékenység, önsajnálát, kesergés stb. társul, már úton is vagy az alacsony rezgésszámú asztrális szférák felé, amely útnak végállomása a földi pokol. Nem kívülről égetnek, vagy főznek olvasztott szurokban, hanem a saját – minden szépségtől és jóságtól, minden felemelő érzéstől eltávolodott – belső gyötrelmedet éled. Mert-hogy szabad akaratod van. Szabadon elhatárolódhatsz a Teremtő Fényétől. Addig mehetsz ezen az úton, amíg már nem tudod tovább elviselni a szenvedést. Akkor megfordulsz és irányt váltasz. Ismét elkezded közeledni a szeretetforráshoz, mert mást nem tehetsz. Bármilyen mélyre mennél, bármennyire sikerülne is eltávolodnod az Isteni Szeretettől, nem tudsz az életből egyszer és mindenkorra végleg kilépni. Az élet elválaszthatatlan része vagy. Jobb, ha tudod.

A felfelé vezető úton, pozitív, építő-szépítő jellegű gondolataidhoz is társulnak érzelmek, mégpedig felemelő, a Teremtő valóságához tartozó érzelmek. Ezek együtt, mármint a jó gondolatok, a szépség és jóság – vagyis a szeretet – világához tartozó érzelmekkel együtt megte-remthetik számodra a földi mennyországot.

Ez a Miatyánk jelentése, amikor azt mondja:

*„Jöjjön el a Te országod;  
legyen meg a Te akaratod,  
amint a mennyben, úgy a földön is.”*

Azt gondolni vagy remélni, hogy a földi lét ugyan pokol számodra, de majd, a halálod után a mennybe kerülsz, meglehetősen naiv elképzelés. A magasabb rezgésszámú szférákban is a saját gondolataid és saját érzelmeid világa fog kivetülni, az lesz a „valóságod”.

Ha másért nem, már csak ezért is érdemes lehetőség szerint a jó gondolatok és a felemelő érzelmek világában tartózkodni, de ehhez előbb fel kell ismerned, és valamilyen módon le kell győznöd a félelmeidet.

## CSILLAGJEGYÜNKHÖZ TARTOZÓ FÉLELMEINK LEKÜZDÉSE

*„És ha egy félelmet szeretnétek eloszlatni,  
a félelem székhelyét saját szívetekben keressétek,  
ne pedig annak kezében, akitől féltek.”  
(Kahlil Gibran)*

A lefelé húzó érzelmek háttérében mindig felfedezhető valamilyen félelem. Ezért ha több időt szeretnél eltölteni a pozitív, felemelő érzelmek tartományában, sokat segít, ha előbb szembenézel a tudatos vagy ösztönös félelmeiddel. A félelem démonai csak a sötétben ijesztőek. Ha kiteszed a napfényre és megnevezed őket, elveszítik minden erejüket, és inkább megmosolyogni való, ártalmatlan figurákká válnak.

Az asztrológia, amely régen még komoly tudománynak számított, és nem a mai elbulvárosodott formájában használták, nagyon sok megfigyelést rögzített számunk-

ra. Ide tartozik többek között az a felismerés is, hogy egy adott elemhez – tűz, víz, föld, levegő –, illetve csillagjegy-hez tartozó emberek milyen félelmekkel élnek. Azért is érdekes ez az információ, mert a legtöbb esetben ezek a félelmek nem tudatosak, és a félelem forrásának elkerülése gyakran ösztönös viselkedési mintákban nyilvánul meg. Mindazonáltal amitől az ember fél, azzal előbb-utóbb szembesülni fog, mert legyen az a félelem tudatos vagy a tudatalattiban meghúzódó, mindenképp úgy működik, mint a mágnes, és vonzza azt a helyzetet, ami az emberben félelmet kelt. Ennek a célja viszont nem más, mint hogy végre következzen már be mindaz, amitől tudatosan vagy tudat alatt féltél, és tapasztald meg, hogy „Ez nem is olyan szörnyű!”. „Hát ettől féltem én ilyen sokáig?” „Ha tudtam volna, hogy nem olyan veszélyes, már régen túltettem volna magam rajta!” – mondjuk ilyenkor.

Lássuk hát elemenként és csillagjegyenként, milyen félelmek nehezíthetik meg a mindennapjainkat.

*A tűz jegyűek a Kos, az Oroszlán és a Nyilas.*

A Kos retteg a tétlenségtől, és nem bírja sokáig, ha nyugalom van körülötte.

Az Oroszlán a státusz elvesztésétől retteg, és attól, hogy idővel hasznavehetetlen lesz.

A Nyilas nagy félelme az, hogy talán az egész élet értelmetlen, lehet, hogy nincs is Teremtő, és általános a zűrzavar.

*A három föld jegy a Bak, a Bika és a Szűz.*

A *Bak* a kudarcától tart, valamint a jól bejáratott rendszerek és helyzetek esetleges felbomlásától.

A *Bika* jegyűeket érzékenyen érinti a kényelmes élethelyzet elvesztésének lehetősége, és gyakran aggódnak testi épségükért is.

A *Szűz* félelmei között fellelhető az újdonságoktól és kiszámíthatatlanságtól való ódzkodás.

*A levegő elemhez tartozik a Mérleg, a Vízöntő és az Ikrek.*

A *Mérleget* az egyensúly felborulása és a harmonikus állapot elvesztése tölti el félelemmel.

A *Vízöntő* a kötődéstől, a fogságtól, a kötöttségektől és a kötelező dolgoktól tart.

Az *Ikrek* jegyű ember rendszerint attól fél, hogy kimarad a beszélgetésekből, a kapcsolatokból, és hogy nem szólhat hozzá dolgokhoz.

*A víz elemhez tartozik a Rák, a Skorpió és a Halak.*

A *Rák* jegyűek leggyakrabban az egyedüllétől és a magánytól félnek.

A *Skorpió* jegyében születettek attól félnek, hogy elveszítik az ellenőrzést testük, érzelmeik és a környezetükben élő emberek felett.

A *Halak* csillagjegy szülöttei gyakran tartanak a felelősség vállalásától és a kudarcától.

A kép persze árnyaltabb, és minden csillagjegynél előfordulhatnak más félelmek is, de a felsoroltak azok, amelyeknek az egyén legtöbbször nincs is tudatában, és ösztönösen megtesz mindent, hogy a számára félelemkeltő helyzeteket elkerülhesse.

Tekintettel arra, hogy ezek a félelmek leggyakrabban a tudatalattiban húzódnak meg, felszámolásuk vagy hatás-talanításuk is csak tudat alatti programjaink felülírásával lehetséges. Ezt kijelentő módban, jelen időben megfogalmazott, pozitív kijelentésekből, megerősítésekből álló pár mondat segítségével érhetjük el, amelyeket ha kellő gyakorisággal ismételtetünk, egy idő után helyettesítik a régi, félelemre irányuló tudat alatti programot.

Íme, néhány javaslat, amelyek hasonló „programokkal”, egyéni szükséglet szerint bátran kiegészíthetők:

*Kos: Életemet magam irányítom! Az aktív napokon felhasznált energiataralékaimat nyugalomban eltöltött idővel és meditációval töltöm fel.*

*Oroszlán: Az erő, a fény és a magabiztosság folyamatosan sugárzik belőlem. A környezetemben lévőknek pusztán jelenlétem is erőt ad.*

*Nyilas: Az életet isteni törvény irányítja, amelynek működéséből mindennap többet és többet veszek észre.*

*Bak: Ami felbomlik vagy megváltozik, az a korábbi formájában feladatát már elvégezte. Sikereimből sokat tanulok. Tévedéseimből még többet, és ez jó!*

*Bika: A belső harmóniát és bőséget megőrzöm, így kívül is mindig bőséget és harmóniát tapasztalok meg. Ép lelkem és ép szellemem épségben tartja a testemet.*